

# Fasteprogram i Fastekampanjen

11 FEBRUARI – 25 MARS

## Att resa sig starkare

När det fruktansvärda inträffar. När katastrofen är ett faktum.  
Ge människor kraft att bli starkare tillsammans!

I fastekampanjen 2018, som startar den 11 februari och avslutas den 25 mars, kommer det att vara fokus på vad vårt psykosociala arbete betyder för människor som drabbats av katastrof eller konflikt och tvingats till flykt.

Vi vill visa vad det är som gör att människor kan gå från att överleva till att leva. Från att få tillgång till det basala, som mat och vatten, till att få kraft till att komma tillbaka till ett normalt liv. När människors egna resurser och egen kapacitet är i centrum kan drabbade människor orka vara aktiva i sina egna liv.

Läs mer här:

[www.svenskakyrkan.se/internationelltarbete/insatser-vid-katastrofer](http://www.svenskakyrkan.se/internationelltarbete/insatser-vid-katastrofer)

*Fastetiden är en tid då våra ögon, öron och hjärtan kan få tränas i att se på oss själva och andra på nytt. Där kan vi tränas i att kunna ge och kunna ta emot. Fastan kan påminna oss om hur kärleken kan ta sig i uttryck i vardagen och världen. Vi kan så klart avstå mat, pengar och annat. Men fastan kan också uppmana oss till handlingar som i vardagen handlar om att ge av oss själva, men också kunna inse våra brister och ta emot av andra. (www.svenskakyrkan.se)*

**Läs om vad som händer i Fastekampanjen i Tranås pastorat!**

Utifrån det dubbla kärleksbudet/den gyllene regeln "Älska din nästa som du älskar dig själv" vill vi göra fastan mer relevant i människors liv genom att ge verktyg för tro och växande. Sådant som ger oss tillfälle och möjlighet till växande som människa, att fylla på det inre, tid för eftertanke, inspiration i vardagen där budskapet också genomsyras av just allas rätt till mat och vad vi kan bidra med.

Flera kollekt vid våra gudstjänster och andra insamlingar går till Fastekampanjen under denna period. Peng för kyrkkaffet går under denna perioden till insamlingen.

I detta program presenteras vad som händer i Fastetid och kring Fastekampanjen i Tranås pastorat. För samtliga gudstjänster och evenemang, se kalender på hemsidan: [www.svenskakyrkan.se/tranas](http://www.svenskakyrkan.se/tranas) och i vår veckoannonsering i lokaltidning.

Följ oss även på: [www.facebook.com/SvenskaKyrkanTranas](https://www.facebook.com/SvenskaKyrkanTranas) och [www.instagram.com/svenskakyrkan\\_tranas](https://www.instagram.com/svenskakyrkan_tranas)

## KALENDARIUM

### TORSDAGEN DEN 8 FEBRUARI

#### Kl. 17.30 Tranås församlingshem

**Torsdagsmysik.** Faste-kick-off inför fastan. Vi kickar igång fastan i Tranås församlingshem. För alla åldrar. Mat och underhållning till förmån för Fastekampanjen. 50 kr/vuxen, barnen gratis. Anmälan senast den 5/2 i första hand till epost: [barnverksamheten@svenskakyrkantranas.se](mailto:barnverksamheten@svenskakyrkantranas.se), eller till telefon 0140-674 00. Uppge ev. allergi.

### SÖNDAGEN DEN 11 FEBRUARI, FASTLAGSSÖNDAGEN

#### Kl. 11.00 Säby kyrka

**Pastoratsmessa** på Fastlagssöndagen. Kollekt till Fastekampanjen. Sammanlyst till hela pastoratet. Minisemlor i kyrkan till förmån för Fastekampanjen.

#### Kl. 18.00 Linderås kyrka

**Konsert.** Johan Rydh, ackompanjerad av Matthias Böhm, båda från Kungliga Operan. De kommer att framföra sånger av Wilhelm Petterson-Berger och Ture Rangström samt arior ur deras operarepertoar. Göte Davidssons fond.

## ONSDAGEN DEN 14 FEBRUARI, ASKONSDAGEN

**Kl. 7.30 Tranås kyrka**  
**Morgonmessa**

**Kl. 11.00 Tranås församlingshem**

**Vandra i fastetid.** Mellan kl. 11–11.50 går vi en kortare vandring med stopp för textläsning och reflektion. Vi är tillbaka lagom till middagsbön med lunchmusik och kyrklunch om man vill stanna på det.

**Kl. 18.30 Adelövs församlingshem.**  
**Askonsdagsmessa.**

**Kl. 18.30 Tranås kyrka**  
**Askonsdagsmessa**

## LÖRDAGEN DEN 17 FEBRUARI

**Kl. 17.00 Tranås kyrka.**

**Fastemusik. Konsert med Prästkrågarna** – pastoratets präster.  
Kollekt till Fastekampanjen.

## SÖNDAGEN DEN 18 FEBRUARI, Första söndagen i fastan.

**Kl. 11.00 Linderås församlingsgård**  
**Mässa.** Kollekt till Fastekampanjen.

**Kl. 11.00 Tranås kyrka**  
**Mässa.** Kyrkkaffe.

**Kl. 17.00 Sommens församlingsgård.**  
**Gudstjänst.** Kyrkkaffe.

**Kl. 18.00 Adelövs församlingshem**  
**Mässa.** Kollekt till Fastekampanjen.

**Kl. 12.00 – 17.00 Sommens församlingsgård**  
**Andrum i fastan. En dag för eftertanke och vila.**  
Under retreatdagen släpper vi våra vardagliga sysslor, tankar och oro.

Med hjälp av övningar och yoga låter vi kroppen vara i fokus. Under avspänningen uppmärksammar vi magen och hjärtat som har stor betydelse för vår livskvalitet. Alla kan delta. Om man vill kan man avsluta dagen med gudstjänst kl. 17.00.

Kostnad 150 kr (Vegetarisk lunch ingår). Anmälan senast 12 februari till [tranas.pastorat@svenskakyrkan.se](mailto:tranas.pastorat@svenskakyrkan.se) eller tfn 0140-67400.

Om du undrar över något hör av dig till [irma.hermansson@svenskakyrkan.se](mailto:irma.hermansson@svenskakyrkan.se).

## ONSDAGEN DEN 21 FEBRUARI

**Kl. 7.30 Tranås kyrka**  
**Morgonmessa**

**Kl. 11.00 Tranås församlingshem**

**Vandra i fastetid.** Mellan kl. 11-11.50 går vi en kortare vandring med stopp för textläsning och reflektion. Vi är tillbaka lagom till middagsbön med lunchmusik och kyrklunch om man vill stanna på det.

## LÖRDAGEN DEN 24 FEBRUARI

**Kl. 16.00 Tranås kyrka**

**Föredrag med musik. Dogge Doggelito.** Biljetter 150 kr, säljs på pastorsexpeditionen och Lyktan, samt i kyrkan i samband med föredraget. Dogge Doggelito är en mycket omtyckt föreläsare som med sin spännande livshistoria, engagerande personlighet och smittande energi inspirerar och underhåller publikerna i alla åldrar och sammanhang! Kom på en inspirerande föreläsning om hur man kan hitta styrka, vända negativt till positivt. Det utlovas också ett par musikinslag. Se notis.

## SÖNDAGEN DEN 25 FEBRUARI, Andra söndagen i fastan

**Kl. 11.00 Adelövs församlingshem**  
**Mässa.** Kyrkkaffe.

**Kl. 11.00 Tranås kyrka**  
**Mässa.** Kyrkkaffe.

**Kl. 17.00 Säby kyrka.**  
**Sinnesromässa.** Kyrkkaffe.

**Kl. 18.00 Linderås församlingsgård.**  
**Musikgudstjänst** med Adelöv/Linderås kyrkokör

### **ONSDAGEN DEN 28 FEBRUARI**

**Kl. 7.30 Tranås kyrka**  
**Morgonmessa**

**Kl. 11.00 Tranås församlingshem**  
**Vandra i fastetid.** Mellan kl. 11–11.50 går vi en kortare vandring med stopp för textläsning och reflektion. Vi är tillbaka lagom till middagsbön med lunchmusik och kyrklunch om man vill stanna på det.

**Kl. 17.30 Mariakapellet Tranås församlingshem.**  
**Taizémessa.**

### **LÖRDAGEN DEN 3 MARS**

**Kl. 17.00 Tranås kyrka.**  
**Fastemusik. Jazziga toner** med elever från Sommenbygdens folkhögskola.  
Kollekt till Fastekampanjen.

### **SÖNDAGEN DEN 4 MARS, Tredje söndagen i fastan**

**Kl. 11.00 Tranås kyrka**  
**Mässa.** Kyrkkaffe. Kollekt till Fastekampanjen.

**Kl. 18.00 Linderås kyrka**  
**Musikgudstjänst.** Sång och musik med Oktaven. Kollekt till Fastekampanjen.

### **ONSDAGEN DEN 7 MARS**

**Kl. 7.30 Tranås kyrka**  
**Morgonmessa.**

**Kl. 11.00 Tranås församlingshem**

**Vandra i fastetid.** Mellan kl. 11–11.50 går vi en kortare vandring med stopp för textläsning och reflektion. Vi är tillbaka lagom till middagsbön med lunchmusik och kyrklunch om man vill stanna på det.

### **LÖRDAGEN DEN 10 MARS**

**Kl. 17.00 Tranås kyrka.**

**Fastemusik. Tranås kammarkör.** Kollekt till Fastekampanjen.

### **SÖNDAGEN DEN 11 MARS, Midfastosöndagen kallad Brödsöndagen**

**Kl. 11.00 Adelövs församlingshem**

**Mässa.** Kollekt till Fastekampanjen. Kyrkkaffe.

**Kl. 11.00 Tranås kyrka**

**Mässa med brödförsäljning** till förmån för Fastekampanjen. Kyrkkaffe.

**Kl. 17.00 Sommens församlingsgård**

**Gudstjänst.** Kyrkkaffe.

**Kl. 18.00 Linderås församlingsgård.**

**Mässa.** Kollekt till Fastekampanjen.

### **ONSDAGEN DEN 14 MARS**

**Kl. 7.30 Tranås kyrka**

**Morgonmässa.**

**Kl. 11.00 Tranås församlingshem**

**Vandra i fastetid.** Mellan kl. 11–11.50 går vi en kortare vandring med stopp för textläsning och reflektion. Vi är tillbaka lagom till middagsbön med lunchmusik och kyrklunch om man vill stanna på det.

**Kl. 18.30–20.30 Tranås kyrka**

**Föreläsning med Cajsa Tengblad.** Hälsa för hela människan – hur kan vi leva och må väl till ande, kropp och själ? Föreläsning, fika och diskussion. Biljetter 50 kr, säljs på pastorsexpeditionen och Lyktan. Se notis.

## LÖRDAGEN DEN 17 MARS

**Kl. 17.00 Tranås kyrka.**

**Fastemusik.** Mer information kommer. Kollekt till Fasteinsamlingen.

## SÖNDAGEN DEN 18 MARS, Jungfru Marie Bebådelsedag

**Kl. 11.00 Tranås kyrka**

**Mässa.** Kyrkkaffe.

**Kl. 11.00 Linderås kyrka**

**Mässa med Mariamusik.** Adelöv/Linderås kyrkokör samt Säby-Tranås kyrkokör medverkar. Kyrkkaffe.

**Kl. 17.00 Säby kyrka**

**Sinnesromässa med Mariamusik.** Kyrkkaffe.

## ONSDAGEN DEN 21 MARS

**Kl. 7.30 Tranås kyrka**

**Morgonmässa.**

**Kl. 11.00 Tranås församlingshem**

**Vandra i fastetid.** Mellan kl. 11-11.50 gör vi en kortare vandring med stopp för textläsning och reflektion. Vi är tillbaka lagom till middagsbön med lunchmusik och kyrklunch om man vill stanna på det.

**Kl. 17.30 Mariakapellet, Tranås församlingshem**

**Taizémässa.**

## LÖRDAGEN DEN 24 MARS

**Kl. 20.00 Tranås kyrka**

**OBS tiden. Fastemusik. Earth hour konsert** med många medverkande. Vi släcker ner för klimatet under konserten. Kollekt till Fastekampanjen.

## SÖNDAGEN DEN 25 MARS, Palmsöndagen

Kollekt och avslutning av Fastekampanjen. *Möjlighet att lämna in sin pappersbössa i Fastekampanjen i samtliga gudstjänster. Bössor finns att hämta på pastorsexpeditionen, Lyktan och kyrkorna.*

### Kl. 11.00 Tranås kyrka

**Mässa.** Våffelserving till förmån för Fastekampanjen i församlingshemmet efter mässan.

### Kl. 11.00 Adelövs kyrka.

**Ekumenisk marknadsgudstjänst.** Adelöv-Linderås kyrkokör och The Angels sjunger. Barnverksamheten medverkar. Bibelutdelning till 5-åringar. I Adelöv ordnas denna dag påskmarknad.

### Kl. 17.00 Sommens församlingsgård.

**Palmsöndagsgudstjänst.** Våffelserving till förmån för Fastekampanjen i församlingsgården från kl. 15.30.

---

## TORSDAGSMYSIK – KICKOFF FÖR FASTAN – MAT OCH UNDERHÅLLNING FÖR ALLA

Redan torsdagen den 8 februari kl. 17.30 klickar vi igång fastan med Torsdagsmysik i Tranås församlingshem. För alla åldrar. Mat och underhållning. Till förmån för Fastekampanjen. Anmälan senast den 5/2 i första hand till epost: barnverksamheten@svenskakyrkantranås.se eller till telefon 0140-674 00. Uppge ev. allergi.



**MORGONBÖN** kl. 9.30 månd, tisd, torsd, fred i Tranås församlingshem, Mariakapellet. Möjlighet att fika efteråt, 25 kr. På onsdagar är det ingen morgonbön utan istället morgonmessa i Tranås kyrka kl. 7.30.



**KORT PILGRIMSVANDRING** varje onsdag kl. 11.00 med start Tranås församlingshem. Vandra i fastetid. Mellan kl. 11-11.50 går vi en kortare vandring med stopp för textläsning och reflektion. Vi är tillbaka lagom till middagsbön med lunchmusik och kyrklunch om man vill stanna på det.





**KYRKLUNCH** onsdagar kl. 12–13.15 i Tranås församlingshem. 30 kr.

Vegetarisk meny under fastan. Middagsbön i Mariakapellet kl. 12.

14/2 Ugnspannkaka med keso och lingon.

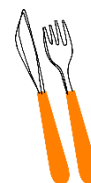
21/2 Högsbosoppa

28/2 Ljummen kikärtssallad

7/3 Broccoligratäng

14/3 Potatis och purjolökssoppa

21/3 Ugnsbakade rotfrukter



Lunchträffen i Linderås församlingsgård den 6/3 kl. 12.00

serverar vegetariskt. Tema Hållbar utveckling med Linnéagårdens barn.

**FASTEMUSIKEN**, varje lördag kl. 17, om inte annat anges

17/2 Prästkragarna – pastoratets präster bjuder oss på konsert.

24/2 Dogge Doggelito föreläsning med musikinslag. OBS tiden kl. 16.00.

3/3 Jazziga toner med elever från Sommenbygdens folkhögskola

10/3 Tranås kammarkör

17/3 Ej fastställt. Mer information kommer.

24/3 Earth hour konsert. Obs tiden kl. 20.

Kollekt till Fastekampanjen.



## FÖRELÄSNINGAR

### Dogge Doggelito. Föreläsning med musikinslag

Tranås kyrka lördagen den 24 februari kl. 16.00. Biljetter 150 kr. Försäljning på pastorsexpeditionen, Majorsgatan 1 och på Lyktan, Ågatan 15.

Dogge Doggelito, är artist, entreprenör, författare och föreläsare. Han har upplevt större upp- och nedgångar än de flesta. Innan de fyrtio fyllda hade han tagit hiphopen in i Sverige på allvar, släppt flera album, börjat på solokarriär och blivit en av landets mest folkära artister. Hans liv har också bjudit på några riktigt tuffa motgångar, men han har rest sig varje gång.

Baserad på hans egna upp- och nedgångar i livet inspirerar Dogge, både barn, ungdomar och vuxna att omfamna sin tro och använda den styrkan för att satsa och förverkliga sina drömmar. I dessa tider där man förlitar sig mer på teknologi och materiella erövringar glömmes man lätt närheten och den gudomliga kraften som finns inom varje människa.

Dogge Doggelito är en mycket omtyckt föreläsare som med sin spännande livshistoria, engagerande personlighet och smittande energi inspirerar och underhåller publikerna i alla åldrar och sammanhang!

Kom på en inspirerande föreläsning om hur man kan hitta styrka, vända negativt till positivt. Det utlovas också ett par musikinslag.

När Dogge Daggelito inte sysslar med musik skriver han barnböcker med nya vinklar på förorten, deltar i tv-program, skådespelar, designar kläder och startar företag.

Läs mer om Dogge: [www.doggedoggelito.se](http://www.doggedoggelito.se)

## Föreläsning med Cajsa Tengblad

Hälsa för hela människan – hur kan vi leva och må väl till ande, kropp och själ? Vad är hälsa? Vad är psykisk och existentiell hälsa? Hur kan vi hantera livet och dess utmaningar? Livsstrategier och må bra-kunskap.



**Onsdagen den 14 mars i Tranås kyrka, kl. 18.30 - 20.30 föreläsning, fika och diskussion. Biljetter 50 kr. Förköp på pastorexpeditionen, Majorsgatan 1 och på Lyktan, Ågatan 15.**

Så är skriver Cajsa om sig själv: Om jag skulle beskriva mig själv med tre ord skulle jag säga: kreatör, inspiratör och entreprenör. Om jag skulle beskriva innehållet i mina föreläsningar med tre ord skulle jag säga: hälsa, självbild och relationer. Min styrka som föreläsare är att jag vågar vara personlig och ärlig. Jag vill presentera livet som det är och inte som det borde vara, utan filter. Hälsa handlar om att kunna hantera livet med dess utmaningar och påfrestningar. Psykisk hälsa handlar om att klara av vanliga påfrestningar. Livet är både härligt och besvärligt. När livet är tufft finns det alltid en väg framåt, men då måste vi våga säga som det är, be om hjälp och ta emot hjälp. Att må bra handlar inte om egoboost och snabbfixar, utan om ett tillsammans-projekt och en livslång process. Tillsammans kan vi underlätta livet för varandra! Min passion är att ge redskap till hur vi kan må bra, få en mer sann bild av oss själva och därmed förbättra våra relationer till oss själva och till varandra och på så sätt främja psykisk hälsa.

Cajsa har gett ut flera böcker; bland annat Prestationsprinsessan och Tillsammans är det nya själv. Läs mer: [www.cajsatengblad.com](http://www.cajsatengblad.com)

## RETREAT

Andrum i fastan. En dag för eftertanke och vila.

**Söndagen den 18 februari kl. 12.00 – 17.00 i Sommens församlingsgård**

Under retreatdagen släpper vi våra vardagliga sysslor, tankar och oro. Med hjälp av övningar och yoga låter vi kroppen vara i fokus. Under avspänningen uppmärksammar vi magen och hjärtat som har stor betydelse för vår livskvalitet. Alla kan delta. Om man vill kan man avsluta dagen med gudstjänst kl. 17.00. Kostnad 150 kr (Vegetarisk lunch ingår). Anmälan senast 12 februari till [tranas.pastorat@svenskakyrkan.se](mailto:tranas.pastorat@svenskakyrkan.se) eller tfn 0140-67400. Om du undrar över något hör av dig till [irma.hermansson@svenskakyrkan.se](mailto:irma.hermansson@svenskakyrkan.se).

## SEMLEFIKA

Vi säljer semlor till förmån för Fastekampanjen. Kom på en fika!

Onsdagen den 31 januari serveras semlor på Onsdagscafé i Adelövs församlingshem kl. 9.30-12.00.



Tisdagen den 13 februari, på Fettisdagen serveras det semlor på café Lyktan på Ågatan. Vi har öppet kl. 9.30-12.30. Även semlor veckan innan på torsdag 8 februari kl. 14-16 och fredag 9 februari kl. 9.30-12.30.

Tisdagen den 6 februari bjuder syföreningen in till öppet **semlecafé i Sommens församlingsgård** i samband med barnverksamheten. Öppet kl. 9.30-11.30. Alla varmt välkomna.

Semlor efter maten på **Lunchträffen i Linderås församlingsgård** den 6 februari kl. 12.00.

Vi serverar även semlor i barngrupper under vecka 6.

## VÅFFLOR

Våfflor till förmån för Fastekampanjen.

Fredagen den 16 mars kl. 9.30-12.30 serverar vi våfflor på café Lyktan, Ågatan 15.

Palmsöndagen den 25 mars. Mässa i Tranås kl. 11.00 och därefter våffelserving i församlingshemmet. Gudstjänst i Sommens församlingsgård kl. 17.00 och då serveras våfflor innan gudstjänsten från kl. 15.30.

## ANNAT I FASTAN:

I våra barn och ungdomsgrupper samt barnomsorg använder vi oss av barnmaterialet.

Ett memoryspel riktat till barn om livet i ett flyktingläger och vad som behövs för att överleva, men också vad som krävs för ett gott liv. Vad behöver du mer än mat och tak över huvudet?



Vi säljer fröpåsar Ringblomma 25 kr till förmån för kampanjen.

Fröpåsen är en fin present till någon man tycker om.

Hämta en pappersbössa hos oss på pastorsexpeditionen, Lyktan eller i kyrkan. Ha den hemma under fastetiden och samla/lägg i pengar. Lämna sedan in den till oss så lämnar vi vidare till projekt i Svenska kyrkans internationella arbete, Fastekampanjen.

*Fastetiden är en tid av andlig förnyelse då vi kan få avstå från allt oviktigt i tillvaron och fokusera på det som är väsentligt, i våra egna liv och i den större samhällsgemenskapen. Det är också en tid då vi får avstå något av vårt eget, för att ge till andra som lever i utsatthet. Vi får i Jesus efterföljd gestalta en kärlek som är större än allt och ger framtidshopp.*

Genom Svenska kyrkans internationella katastrofarbete får vi visa omtanke om medmänniskor som drabbats av krig och katastrofer. En humanitär katastrof innebär att människors vardag totalt

förändras. Behovet av andligt och psykosocialt stöd är lika stort som de rent materiella behoven av mat, vatten och tillfälliga bostäder. Denna helhetssyn på människans olika behov präglar våra humanitära insatser.

I exempelvis Sydsudan stödjer vi familjer som flytt med sina barn från våldet, för att skapa sig ett nytt liv i ett flyktingläger. Vi hjälper barn i familjerna att få gå i skolan och delta i fritidsaktiviteter. Föräldrarna får möjlighet att skaffa sig egna inkomster för att dryga ut hushållskassan. Människor får etablera sociala nätverk som kan vara till ömsesidigt stöd i den svåra situation som man befinner sig. Dina gåvor ger oss möjlighet att ytterligare utöka våra psykosociala insatser till stöd för människor på flykt.



**ATT RESA SIG  
STARKARE**

När det fruktansvärda inträffar.  
När katastrofen är ett faktum.  
Ge människor kraft att bli starkare tillsammans!

SMS: A LIV  
TILL 72 905  
OCH GE 100 KR

Eller swisha till 9001223  
svenskakyrkan.se/fastekampanjen

Svenska kyrkan  
INTERNATIONELLT ARBETE

medlem av  
**actalliance**

FOTO: MARCUS ANDERSON/ICGN

**Swisha till Tranås Pastorats insamling i Fastekampanjen mellan 11 februari – 15 mars: 123 019 3656**

Valfria gåvor, vid fikaserveringar, kyrkkaffe, försäljning mm.

OBS! Vid kollekt är det andra swishnummer som gäller, se anslag i respektive kyrka.

[www.svenskakyrkan.se/tranas](http://www.svenskakyrkan.se/tranas)

[www.facebook.com/SvenskaKyrkanTranas](https://www.facebook.com/SvenskaKyrkanTranas)

[www.instagram.com/svenskakyrkan\\_tranas](https://www.instagram.com/svenskakyrkan_tranas)